Gândeşte-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

>>> continuare din pagina 1

De exemplu: o persoană foloseşte un cărucior cu rotile şi nu poate urca în autobuz. Dezavantajul ei faptul că nu se poate urca în autobuz este, potrivit modelului medical, cauzat de faptul că nu poate merge. Dezavantajul nu este cauzat de faptul că autobuzul are o treaptă înaltă la intrare şi că autobuzul este proiectat într-un mod care permite numai persoanelor care pot merge să urce în autobuz.

Modelul medical explică aceste cauze ale dizabilității prin referire la o *„aberație”* (sau, folosind un termen grosolan, *„o deficiență”)* fizică, mentală sau de altă natură, comparativ cu ceea ce modelul spune că este „normal”. Astfel, „orbirea” este privită ca o aberație a „abilității de a vedea”, din moment ce „a vedea” este considerat standardul „normal”. Tot aşa şi surditatea este văzută ca o aberație de la abilitatea de a auzi, de vreme ce „a auzi” este standardul „normal”.

Modelul este considerat model medical din 2 motive.

În primul rând, decizia dacă o persoană este sau nu „cu dizabilități” se bazează, în principal, pe opinii şi clasificări medicale.

În al doilea rând, modelul presupune că, prin tratamentul medical, multe pot fi corectate şi oamenii pot deveni normali. Din moment ce modelul medical situează cauza dezavantajului în interiorul persoanei cu dizabilități, acesta mai este denumit şi „model individual”. Orice relație între dezavantajul cauzat de „dizabilități” şi mediul înconjurător fizic şi social al persoanei cu dizabilități este negat de modelul medical.

Modelul medical este problematic. Este bazat pe o perspectivă *„negativă” asupra „dizabilității”*. Aceasta este pentru că modelul medical înțelege *„dizabilitatea”* ca o *deviație* de la ceea ce se consideră „normal”. De aceea subliniază că este ceva „în neregulă / greşit” la persoanele cu dizabilități, de vreme ce nu sunt capabile să facă ceea ce fac persoanele „normale”.

Modelul foloseşte următoarele cuvinte: lipsă de abilitate, incapacitate şi asimilare. Ultimul cuvânt înseamnă că pur şi simplu „persoanelor cu dizabilități” li se cere să fie la fel ca persoanele fără dizabilități. Dacă persoanele cu dizabilități nu pot face acest lucru, sunt considerate separat, ca o categorie aparte şi excluse. De aceea, modelul încurajează prejudecata, stigmatul şi excluderea persoanelor cu dizabilități. În plus, şi ca o consecință a abordării negative, modelul caută soluția „dizabilității” prin „ajutorare”, sau oferind „caritate” pentru persoanele care nu pot fi ca „oamenii normali”.

Modelul social

Modelul social (care există din anii 60) răspunde la întrebarea „ce cauzează dizabilitatea?” *dar fără a se axa* pe factorii medicali, ci pe factorii culturali şi de mediu.

Simplu spus: modul în care este concepută societatea noastră şi modul în care „construim” dizabilitatea explică dezavantajul cu care se confruntă persoanele cu dizabilități. Modelul social argumentează că deficiența are prea puțin de a face cu dezavantajul cu care se confruntă persoanele cu dizabilități. Modelul social ne spune că „dizabilitatea” este un aşa numit „construct social”. Prin acest concept se arată că societatea „construieşte” sau creează dizabilitatea, luând ca punct de plecare un standard de „normal fizic sau mintal / psihic”, față de care un standard de „dizabilități” diferă în mod necesar. Pe scurt: societatea este cea care creează „dizabilitatea” prin atitudini negative, stigmatizare, prejudecăți şi, cel mai important, luând întotdeauna standardul unei persoane „normale” ca punct de plecare. Astfel, conform acestui model, *nu deficiența medicală în sine* este cea care cauzează „dizabilitatea”.

De exemplu: o persoană într-un cărucior cu rotile vrea să cumpere un bilet de tren. Biletele nu pot fi luate decât de la o maşină automată de bilete. Persoana în cauză nu-şi poate cumpăra bilet din moment ce maşina de bilete este construită astfel încât numai persoanele care pot sta în picioare pot apăsa butoanele necesare. Modelul social argumentează, în mod corect, că nu faptul că persoana stă într-un cărucior cu rotile o opreşte să cumpere un bilet, ci construcția maşinii de bilete sau absența personalului Căilor Ferate care să vândă bilete la casa de bilete, care este accesibilă tuturor.

În contrast cu modelul medical, modelul social este „pozitiv” prin natură: accentuează următoarele cuvinte: „abilitate”, „necesitatea accesibilizării sau construcție universală”, „drepturi”, „diferență”. Accentuează că „dezavantajul” este cauzat de o cerință nedreaptă a societății de a fi „normal” şi, în legătură cu asta, o lipsă de accesibilizare pentru aceia care nu pot îndeplini această cerință. Ca urmare, sunt puşi într-o situație de dezavantaj.

Pentru a ilustra mai departe acest model, să luăm ca exemplu un bloc de apartamente care nu are lift. Constructorul a presupus în mod clar că persoanele care locuiesc sau vizitează acea clădire pot merge (cerința de „normalitate”). Faptul că blocul rămâne fără lift arată că nu este nici o accesibilizare pentru utilizatorii de cărucior şi alte persoane care au dificultăți în a urca scările. Ca urmare, aceste persoane sunt dezavantajate.

Uneori, modelul social apare totuşi prea optimist: dizabilitățile foarte severe nu pot fi întotdeauna „remediate” schimbând factorii sociali şi de mediu.

Odată ce se recunoaşte că „dizabilitatea” este cauzată, în mare măsură, de factorii sociali, culturali şi de mediu, cei care concep politicile ar trebui să reflecte

>>> continuare în pagina 14

Marturia mea

ANGHEL VIORICA ŞTEFAN
Andruşul de Jos (R. Moldova)

M-am născut în anul 1983. Atunci am văzut lumina zilei. Sunt dintr-un sat care se numeşte Andruşul de Jos, din Republica Moldova .

M-am născut cu paralizie cerebrală infantilă şi până astăzi sunt invalidă de gradul I. Părinții mei au aflat de această boală pe la 6 8 luni. Au umblat prin policlinici, spitale, medici, diferite babe clarvăzătoare şi mănăstiri ca să mă pună pe picioare, dar nu au reuşit decât pe la 6 7 ani.

Eu până la 5 ani nu am mers deloc, abia după vârsta de 5 ani am început să merg, dar pe vârfurile picioarelor. Mare le-a fost supărarea părinților mei văzându-mă aşa. La câteva luni de la naştere eu am murit, însă medicii mi-au făcut nişte injecții şi am revenit la viață.

La 7 ani am suportat o intervenție chirurgicală care a dat rezultate. De atunci merg pe toată talpa. Mai greu… dar merg. Atunci, ca şi acum, rup încălțămintea la piciorul drept. La 8 ani am intrat în clasa 1, şcoala normală, unde am învățat 4 ani. În toți aceşti 4 ani cât am învățat, am fost lovită şi înjosită, dată într-o parte, atât de colegi de şcoală, de colegi de clasă, cât şi de profesoară, pentru că rămâneam în urmă la scris, deoarece scriu greu. Din motivul acesta m-am retras cu studiile acasă, următorii 5 ani profesorii venind acasă.

Mi-a plăcut şi eram curioasă să văd cine este acest Isus care a murit, a înviat şi ne iubeşte necondiționat (...) şi nu se uită cine şi cum suntem noi: bolnavi sau sănătoşi, urâți sau frumoşi.

Însă acum aveam mult timp liber şi ca să mi-l ocup cu ceva, am apelat la cărți. M-am dus la o familie care şi ei au un băiat cu probleme de sănătate, care este de vârsta mea şi făcuseră şi ei multe drumuri cu noi, dar de la un timp ei se retrăseseră din drumețiile noastre. Ei L-au cunoscut pe Domnul Isus care le-a vindecat copilul. Veneau pe la noi şi le vorbeau părinților despre Dumnezeu. Eu eram mică şi, neavând ce face atunci, ca şi acum (timp liber, singurătatea, lipsa de a comunica cu cineva), m-am dus spre lectură. Am citit lectură de orice fel de la familia aceasta: şi artistică şi creştină. Mă duceam la familia acea cu gândul să mai scap de singurătate. Am început să citesc lectura pe care mi-o ofereau şi am ajuns că nu mai aveau ce-mi oferi de citit.

Prin clasa a VII-a a VIII-a, am început să merg, dintr-o simplă glumă, din curiozitate, de singurătate, să merg să văd ce fac oameni, copiii, acolo, la Adunare. Am văzut că se rugau, cântau, făceau jocuri biblice şi citeau dintr-o carte mare, groasă, care se numea Biblia. Aceasta o mai văzusem şi la acea familie de care am menționat mai sus. În ea se vorbea de un oare care om, Isus, care fusese răstignit pe cruce pentru păcatul întregii lumi şi se cita versetul Ioan 3: 16.

Mi-a plăcut şi eram curioasă să văd cine este acest Isus care a murit, a înviat şi ne iubeşte necondiționat cu dragoste agape şi nu se uită cine şi cum suntem noi: bolnavi sau sănătoşi, urâți sau frumoşi.

La Adunare mă duceam pe ascuns, ca tatăl meu să nu vadă unde plec. Toate cărțile cu tematică Biblică le ascundeam şi le citeam pe ascuns. Până într-o zi când a aflat de la un sătean că, vezi Doamne, fiica lui umblă pe la baptişti, inochenți cum erau numiți creştinii de către oamenii din jur. Acum au început adevăratele probleme: certuri, scandaluri, bătăi, lovituri cu picioarele şi înjurături. Mi-a interzis să mai ies din casă şi ogradă şi să mai citesc ceva cu tematică creştină. Însă eu nu m-am dat bătută. Până atunci nu mă rugasem Domnului. Văzând că nu mă lasă să ies din casă, pentru prima oară m-am plecat pe genunchi şi m-am rugat Lui. Răspunsul a venit mai repede decât îmi închipuiam. Peste două săptămâni m-am dus la Adunare cu scandal, dar m-am dus.

L-am primit pe Domnul în inima şi viața mea la o întâlnire cu persoane cu handicap, în anul 2002. Au fost ceva probleme provocate de o prietenă de a mea, din lume, căci pocăința mea a avut loc în ascuns fața de tatăl meu. Am primit botezul Nou Testamental din apă şi Duh pe 13.08.2006. De toate aceste lucruri a ştiut doar mama mea, care mi-a fost alături în toate, slăvit fie Domnul în cer şi pe pământ.

Suntem 5 în familie: părinții, 2 frați mai mici şi eu. Din toți, numai eu sunt născută din nou, şi continui să mă rog pentru ei, ca să se întoarcă şi ei la Domnul. Dumnezeu să mă ajute să fiu sare şi lumină în mijlocul lor.

Din 2002, de la o problemă de sănătate (un abces), am suportat până în prezent 11 operații şi, în total, pe parcursul a 23 de ani, am 12 operații. Credința mea a fost pusă de multe ori la încercare: am avut probleme cu spatele, jumătate de an nu am putut merge, am stat la pat. De pe urma unei injecții, pe care trupul meu nu a primit-o, am fost înțepenită precum o scândură. Părinții m-au dus la spital, unde mi-am revenit, dar a trebuit să iau totul de la zero, cum fac copiii de un an, căci nu puteam merge dar, slavă Domnului, pot merge din nou greu… dar merg.

Îmi doresc ca, pe viitor, să pot termina un curs de calculatoare şi să pot lucra după posibilitățile mele de sănătate, pentru că sunt unele probleme în deplasarea mea.

Pot să vă spun că tatăl meu nu-mi mai aruncă cărțile, dar câteodată mă trimite la muncă ca să mă întrețin singură, dar nu pot să mă duc din cauza mersului pe care-l am, însă eu cred că Dumnezeu Se va îngriji de mine. În Cuvântul Său spune: „Veniți la Mine toți cei trudiți şi împovărați şi Eu vă voi da odihnă!" El este cu noi în fiecare zi… şi noi cu El orfani nu vom fi. Cu Dumnezeu am trecut şi vom trece peste toate greutățile, durerile, necazurile ce le avem de tras pe pământ până la venirea Sa. Să veghem, să ne rugăm, pe genunchi să stăm, ca la venirea Lui să fim vrednici de slava Sa.

Ar mai fi multe de spus, dar aici îmi iau rămas bun de la cititorii revistei. Doresc ca, prin această mărturie, cei care nu L-au primit pe Isus în inima şi-n viața lor, să nu mai stea ci să primească chemarea Sa.

Cuvintele speranței (V)

Ion Buciuman

"V-am spus aceste lucruri, pentru ca bucuria Mea să rămână în voi şi bucuria voastră să fie deplină."
Ioan 15: 11

În viața zilnică guvernată de lucrurile practice, bucuria este condiționată de atenția şi orientarea noastră față de aceste lucruri. Putem găsi şi dezvolta o mulțime de motive de bucurie simplă, naturală, legitimă şi nevinovată. Suntem făcuți anume pentru a ne putea bucura de lucrurile din jur, şi unele sunt făcute anume să ne aducă bucurie. Acest lucru depinde într-o mare măsură de orientarea noastră. Spre ce ne îndreptăm atenția, va influența serios starea noastră sufletească.

...

Căutarea zilnică a lui Dumnezeu în Cuvânt cu studiu şi rugăciune, va răsplăti pe cel curajos să-şi înfrângă lenea intelectuală şi inerția specifică sufletului omenesc, cu o bucurie prezentă, viitoare şi veşnică. De aceea a spus Mântuitorul lumii: "Rămâneți în dragostea Mea... pentru ca bucuria Mea să rămână în voi şi bucuria voastră să fie deplină."

Bucuria este una din dimensiunile esențiale ale existenței noastre. Avem o adevărată vocație pt. această trăire profundă şi complexă a sufletului. Când ne lipseşte, suferim. Când ne cuprinde, înflorim ca trandafirul din Saron. Bucuria ne face bine, ne simțim în largul nostru, trăim cu adevărat. Bucuria ne face oameni întregi, lipsa ei ne umple de tristețe şi de gânduri negre.

Cum putem avea această binecuvântare a vieții? Unde şi cum ne putem împrospăta viața spirituală pentru a fi permanent în formă, în ciuda provocărilor şi neajunsurilor inerente ale vieții de fiecare zi? Ne poate cineva ajuta să învingem amărăciunea şi întristările care nu ne ocolesc pe niciunul dintre noi?

Aflat în camera de sus cu ucenicii, la încheierea lucrării Sale publice, înainte de moartea

Sa pe cruce, Învățătorul oamenilor pare să fi oferit un răspuns întrebărilor noastre şi căutărilor noastre după lumina sufletului. El a vorbit despre bucuria Sa pe care era gata să o transfere ucenicilor. Astfel, ei aveau să dețină propria lor bucurie, izvorâtă şi dezvoltată din bucuria Maestrului lor. Bucuria Lui era generată şi nuanțată de propria Lui legătură cu Tatăl şi de propria Sa filosofie de viață. Bucuria ucenicilor şi a urmaşilor Săi avea să fie influențată de întreaga lor experiență spirituală.

Rădăcina cuvintelor spuse de Mântuitorul ucenicilor Săi se află în adevărurile prezentate de El cu puțin mai înainte. El a zis: "Cum M-a iubit pe Mine Tatăl, aşa v-am iubit şi Eu pe voi. Rămâneți în dragostea mea..." (Ioan 15,9). Bucuria autentică este izvorâtă din dragoste adevărată. Bucuria lui Hristos este alimentată din dragostea Sa. Bucuria noastră este izvorâtă din dragostea noastră. Idealul creştin este să rămânem în dragostea Lui. Deci va fi nevoie să ne conectăm la iubirea divină şi apoi să menținem şi să cultivăm această relație. Iată care este secretul bucuriei noastre depline.

>>> continuare în pagina 05

>>> continuare din pagina 04

În viața zilnică guvernată de lucrurile practice, bucuria este condiționată de atenția şi orientarea noastră față de aceste lucruri. Putem găsi şi dezvolta o mulțime de motive de bucurie simplă, naturală, legitimă şi nevinovată. Suntem făcuți anume pentru a ne putea bucura de lucrurile din jur, şi unele sunt făcute anume să ne aducă bucurie. Acest lucru depinde într-o mare măsură de orientarea noastră. Spre ce ne îndreptăm atenția, va influența serios starea noastră sufletească.

Putem frecventa şi examina gropile de gunoi la propriu şi la figurat, şi ne putem umple sufletul şi trupul cu imaginea şi putoarea putreziciunii bacoviene care abundă în fiecare colțişor al existenței noastre. Dar privind astfel lucrurile, trecem nepăsători şi străini pe lângă o mulțime de frumuseți făcute anume să ne încânte. În ciuda decadenței generale incontestabile, lumea din jur încă mai înfloreşte suficient pentru a ne umple viața de bucurie. Dacă mai şi căutăm în mod intenționat locurile pline de verdeață proaspătă şi plină de viață, ne-am făcut singuri unul din cele mai frumoase cadouri, aproape fără nici un fel de cheltuială. O oră sau mai multe zile petrecute într-un asemenea mediu, ne vindecă sufletul şi ne face bine pentru o bună bucată de timp.

Putem căuta şi aşeza pe masă fructe şi legume proaspete şi sănătoase. Alegem ceea ce preferăm, folosim ceea ce ne face bine şi ceea ce ni se potriveşte, şi bineînțeles, ceea ce ne putem permite. Mâncăm cu mulțumire şi cu un gând de laudă şi recunoştință față de Dumnezeu şi față de cei din jur de care depinde binele şi bunăstarea noastră.

Ne aducem singuri bucuria de care avem nevoie şi suntem binevoitori să o împărtăşim cu alții. Prietenii, rudele, cunoscuții şi colegii ne-ar putea înapoia îndoită bucuria pe care suntem dispuşi să o împărtăşim cu ei. Un zâmbet de înțelegere şi încurajare se va întorce întotdeauna sub forma unui cuvânt de apreciere, sau a unui gest de recunoştință. Un cuvânt bun se va transforma cu timpul într-un gând generos şi o faptă plină de bunătate. Oferta de bucurie va rodi permanent o altă ofertă mai mare în schimb. Aceasta este ecuația iubirii, iar bucuria este o funcție a acesteia.

Pe deasupra acestei bucurii cotidiene, simple şi nepretențioase, religia adevărată aduce o ofertă nebănuită de bucurie şi speranță. Sufletul care vine la Dumnezeu cu credință, va primi iertare şi renaştere spirituală. Această devenire a ființei este generatoare de bucurii negrăite şi întregi. Numai cine le încearcă le poate avea, dar nimeni nu le poate exprima sau descrie în toată frumusețea şi bogăția lor. Ele rămân cu atât mai pline de încîntare cu cît rămân mai greu de spus, sau de propovăduit. Bucuria mântuirii este transmisibilă, iar din ducerea ei mai departe se nasc bucuriile altora din care cel ce dă, are întotdeauna un procent generos de binecuvântare.

Căutarea zilnică a lui Dumnezeu în Cuvânt cu studiu şi rugăciune, va răsplăti pe cel curajos să-şi înfrângă lenea intelectuală şi inerția specifică sufletului omenesc, cu o bucurie prezentă, viitoare şi veşnică. De aceea a spus Mântuitorul lumii: "Rămâneți în dragostea Mea... pentru ca bucuria Mea să rămână în voi şi bucuria voastră să fie deplină."

Sa ne bizuim pe El

„Deci mă voi lăuda mult mai bucuros cu slăbiciunile mele, pentru ca puterea lui Hristos să rămână în mine.”
(2 Cor. 12: 9)

Mi s-a pus diagnosticul de lupus când eram la liceu. Mi s-a spus să fiu prudentă cu expunerea la soare şi oboseală, dar am ignorat sfatul medicului. Mi-am scos boala din minte, deşi erupția specifică îmi apărea frecvent pe față eu o atribuiam „alergiilor”.

Întotdeauna am spus că nu voi lăsa ca boala să se amestece în „viața mea”. Am mers în tabere, m-am plimbat, am fost în excursii, am călărit şi am facut cam tot ce am vrut să fac. Am avut o familie, mi-am crescut fetele şi mai multi copii adoptivi, am fost profesoară şi am avut diferite slujbe în biserică. Credeam că sănătatea şi energia mea se vor prelungi la nesfârşit.

Odată ce fetele au pornit pe drumul lor, viața mea a mai încetinit ritmul. Dormeam mai mult şi îmi era greu să cobor din pat, articulațiile îmi erau rigide şi dureroase. Am început să fac episoade de febră. Medicamentele prescrise de reumatolog nu prea m-au ajutat, aşa că am încercat să ignor durerea care se amplifica. Am început să merg şchiopătând, dar am hotărât că sunt mai puternică decât orice durere.

Când doctorul mi-a sugerat să folosesc un baston, am refuzat. Nu voiam să fiu dependentă decât de voința şi de puterea mea.

În cele din urmă a venit ziua când a trebuit să renunț la mândrie şi să cumpăr un baston, pe care îl vedeam ca pe un simbol al slăbiciunii. Când m-am sprijinit pe el, am descoperit că pot să merg mai repede şi cu mai puțină durere. Cu el, am devenit mai puternică şi puteam să merg mai departe şi mai mult timp decât înainte.Întotdeauna am considerat că sunt puternică şi că nu am nevoie de nimeni, că pot să rezolv totul singură.

Dumnezeu era o parte importantă a vieții mele, dar nu depindeam cu adevărat de El. Însă am fost confruntată cu un lucru pe care nu puteam să-l rezolv singură. Trebuia să mă bizui pe Domnul şi, făcând astfel, am descoperit tăria Sa. Am descoperit, aşa cum spunea apostolul Pavel, că harul lui Dumnezeu este îndestulător pentru mine, pentru că puterea Lui este facută desăvârşită în slăbiciunea mea.

Eşti prea stresat încercând să te bizui doar pe voința ta, pe puterea şi autonomia ta? Poate că este timpul să-L laşi pe Domnul să preia controlul şi să te bucuri de mulțumirea şi de satisfacția care îți stau la îndemână în El.

Autor: Donna Engbertson
Sursa: azsvaslui.org

Puterea religiei personale

„Domnul să te binecuvânteze si să te păzească! Domnul să facă să lumineze Fața Lui peste tine şi să Se îndure de tine! Domnul să-şi înalțe Fața peste tine şi să-ți dea pacea!”
(Num. 6: 24-26)

Cercetătorii au dovezi surprinzătoare că oamenii care cred în Dumnezeu, ca Părinte ceresc, care îi iubeşte şi Se îngrijeste de ei, şi care cultivă această credință, au la dispoziție una dintre cele mai eficiente resurse pentru a ține sub control stresul într-o criză şi pentru a dobândi o sănătate de lungă durată. Iată ce au de spus cinci persoane celebre despre puterea religiei personale de a elibera stresul de efectele sale toxice:

Cardiologul **George Sheehan**, promotorul ideii că alergarea contribuie la o condiție fizică bună, îi atribuie religiei o putere aproape inegalabilă de a uşura stresul, prin faptul că ea asigură un sentiment de pace şi de linişte, de siguranță durabilă, şi simțământul că nicio înfrângere nu este definitivă.

Fost prizonier de război la Auschwitz, psihiatrul evreu **Victor Frankl** scria: „Îndrăznesc să spun că nu există în lume nimic care să ajute atât de eficient pe cineva să supraviețuiască, chiar în cele mai proaste condiții, ca asigurarea că există un sens în propria viață... Într-un fel oarecare, suferința încetează să fie suferință în momentul în care ea descoperă un sens”.

În cartea sa „Cu stres şi fără stres: Cum poți controla stresul acasă şi la serviciu”, **dr. K. Sehnert** susține că un timp liniştit rezervat zilnic pentru rugăciune şi citirea Bibliei sau a unei alte literaturi devoționale constituie o componentă vitală a unui program complet de control al stresului.

Skip MacCarty, în seminarul său „Stresul: Mai mult decât să-i faci față”, spune cum, trecând printr-o perioadă de mare stres, într-o noapte, a trecut în revistă toate problemele, în mod amănunțit, împreună cu Dumnezeu, apoi I le-a predat Lui una câte una. Atunci a fost în stare să doarmă liniştit pentru prima dată după săptămâni de zile.

Paul Tournier spunea că avea o viață agitată, întotdeauna fiind în criză de timp. Dar, odată ce a început să consacre o oră pe zi pentru reflecție în tăcere, meditație devoțională şi rugăciune, a fost mai fericit, mai sănătos, mai capabil să facă distincție între priorități şi, efectiv, a realizat mai mult.

Rezervă-ți câtva timp în plus astăzi să stai alături de Prietenul tău cel veşnic şi să descoperi câtă putere are această relație de a te elibera de efectele toxice ale stresului.

Autor: Dwight Nelson
Sursa: azsvaslui.org

Boala degenerativa a discului intervertebral

Generalităţi

Boala degenerativă a discului intervertebral nu este o boală propriu-zisă, ci mai degrabă un termen folosit pentru a descrie modificările ce se petrec la nivelul discurilor intervertebrale odată cu înaintarea în vârstă. Discurile intervertebrale sunt structuri moi, compresibile, ce separă vertebrele ce constituie coloana vertebrală. Discurile se comportă ca sisteme ce absorb şocurile la nivelul coloanei vertebrale, permiţându-i acesteia să se flecteze, să se îndoaie şi să se răsucească. Boala se poate produce la orice nivel al coloanei; totuşi, cel mai adesea apare la nivelul discurilor din regiunea inferioară a spatelui (regiunea lombară) şi porţiunea inferioară a gâtului (regiunea cervicală).

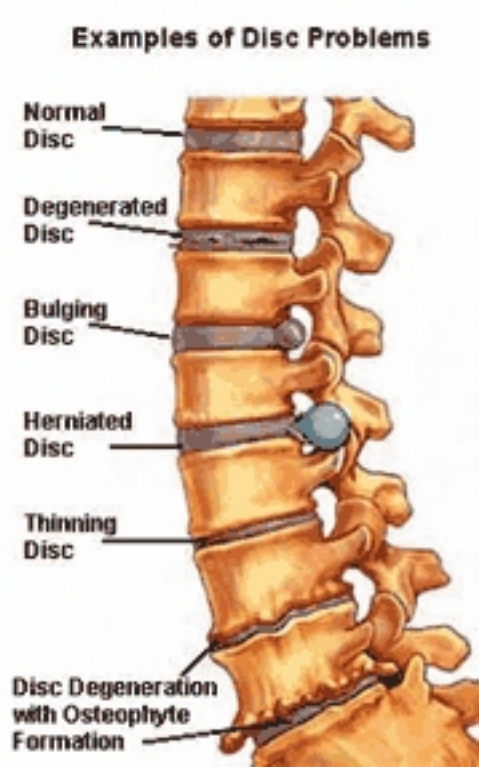
Modifcările de la nivelul discului pot duce la apariţia durerilor în spate şi la nivelul cefei, precum şi la:

- osteoartrita, distrugerea ţesutului (cartilajul) ce acoperă şi protejează articulaţiile
- hernie de disc, o protuzionare anormală sau chiar distrugere a unui disc intervertebral
- stenoza de canal spinal, îngustarea canalului spinal, spaţiul de la nivelul coloanei vertebrale ce conţine măduva spinării.

Aceste afecţiuni pot comprima măduva spinării şi nervii, ducând la apariţia durerii şi posibil la afectarea funcţiei nervilor.

Cauze

Pe măsură ce înaintăm în vârsta, discurile intervertebrale se distrug sau degenerează, ceea ce poate duce la anumite persoane la apariţia bolii



degenerative a discului. Printre aceste modificări ce apar odată cu înaintarea în vârstă amintim:

1. *pierderea de lichid de la nivelul discurilor intervertebrale*, ceea ce duce la scăderea capacităţii acestora de a absorbi şocurile şi le face mai puţin flexibile. Pierderea de lichid duce şi la micşorarea discului, reducându-se astfel distanţa dintre vertebră şi disc;
2. *apariţia de mici fisuri sau crăpături în stratul extern (annulus sau capsula) al discului*. Materialul de consistenţă gelatinoasă din interiorul discului (nucleul pulpos) poate fi împins în afară prin aceste fisuri sau crăpături ale capsulei, ceea ce face ca discul să protruzioneze, să se rupă sau să se fragmenteze.

Aceste modificări sunt mai probabil să apară la persoanele ce fumează şi desfăşoară activităţi fizice solicitante (precum ridicarea în mod repetat de greutăţi). De asemenea, persoanele obeze sunt mai predispuse la apariţia bolii degenerative a discului.

Un traumatism acut ce se soldează cu hernierea discului (precum o căzătură) poate declanşa procesul degenerativ.

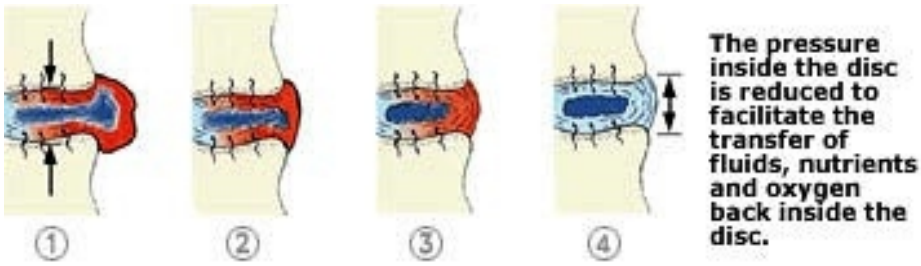
Pe măsură ce spaţiul dintre vertebre se micşorează, apare o diminuare a structurilor ce protejează vertebrele, astfel încât coloana vertebrală devine instabilă. Organismul reacţionează prin sinteza unor excrescente osoase (osteofite). Osteofitele pot comprima rădăcinile nervilor spinali sau chiar măduva spinării, ceea ce duce la apariţia durerii şi la alterarea funcţiei nervilor.

Simptome

Boala degenerativă a discului intervertebral poate duce la apariţia durerii la nivelul spatelui şi cefei; totuşi, aceste simptome variază de la un individ la altul. Numeroase

>>> continuare în pagina 08

>>> continuare din pagina 07


The pressure inside the disc is reduced to facilitate the transfer of fluids, nutrients and oxygen back inside the disc.
1
2
3
4

persoane nu resimt durerea, în timp ce altele, cu acelaşi grad de leziune la nivelul discului intervertebral, resimt dureri puternice ce le limitează activitățile. Locul de apariție al durerii depinde de poziția discului afectat. Afectarea discurilor de la nivelul porțiunii superioare a coloanei duce la apariția durerii la nivelul cefei şi brațelor, pe când afectarea discurilor din porțiunea inferioară a coloanei vertebrale determină apariția durerii în porțiunea inferioară a spatelui, în fese sau în picioare. Durerea se înrăutățeşte de obicei odată cu mobilizarea, la mişcări precum aplecarea, înălțarea şi răsucirea.

Durerea poate fi declanşată de un traumatism major (precum un accident de maşină) sau de traumatisme minore (precum căzătura de la mică înălțime) sau de mişcări obişnuite (precum aplecarea pentru a apuca ceva). De asemenea, poate avea un debut insidios, fără un motiv anume şi se poate agrava odată cu trecerea timpului. În anumite cazuri, senzații de amorțire sau înțepături pot fi resimțite la nivelul brațelor şi picioarelor.

Diagnostic

Această afecțiune este diagnosticată cu ajutorul anamnezei (descrierea simptomelor şi condițiilor de apariție a acestora) şi a examenului fizic. Medicul chestionează pacientul în legătură cu simptomele resimțite, antecedentele personale ale acestuia (accidentele şi afecțiunile de care suferă), orice tratamente luate anterior precum şi despre obiceiurile şi activitățile acestuia ce pot duce la apariția durerii la nivelul cefei, brațelor, spatelui, feselor şi picioarelor. Pe parcursul examinării fizice, acesta va:

- ✓ evalua gradul de mobilitate al zonei afectate şi dacă durerea apare la mobilizare
- ✓ caută zone de sensibilitate şi orice modificări ale funcțiilor nervilor, precum amorțeala, înțepături şi slăbiciune musculară în zona afectată
- ✓ verifică existența unor afecțiuni de fond, precum fracturi, tumori sau infecții.

Dacă examinarea inițială efectuată de medic nu scoate în evidență semne ce ar putea indica o afecțiune severă, e foarte puțin probabil ca testele imagistice, precum radiografia, să ajute formularea diagnosticului. Aceste teste imagistice sunt utile atunci când simptomele apar în urma unui traumatism, există suspiciunea unor leziuni nervoase, sau antecedentele patologice sugerează diverse afecțiuni ce ar putea afecta coloana vertebrală, precum afecțiunile osoase, tumorile sau infecțiile.

Tratament

Pentru ameliorarea durerii, sunt recomandate: aplicarea de gheață sau căldură (în funcție de răspunsul organismului) pe zonele afectate şi utilizarea antiinflamatoarelor nesteroidiene, incluzând aspirina, ibuprofen sau naproxen. Nu este recomandată administrarea aspirinei la persoanele sub 20 de ani datorită riscului de apariție a Sindromului Reye. Acetaminofenul (paracetamol) poate fi de asemenea utilizat pentru atenuarea durerii. Medicul curant poate prescrie medicamente mai puternice dacă acest lucru este necesar. Tratamentele ulterioare sunt indicate dacă leziunea discului intervertebral a dus la dezvoltarea altor afecțiuni precum osteoartrita, hernie de disc sau stenoza de canal vertebral. Fizioterapia şi exercițiile necesare întăririi musculaturii spatelui sunt adesea recomandate şi, în anumite cazuri, poate fi necesară intervenția chirurgicală.

www.sfatulmedicului.ro

NOTĂ: ***Scopul acestei rubrici este de a ajuta cititorii să folosească în mod raţional resursele terapeutice ale plantelor medicinale. Pentru diagnosticul şi tratamentul bolilor apelaţi la medicul de familie sau la un medic specialist.***

Frasinul

Frasinul (Fraxinus excelsior) este un arbore care creşte spontan în ţara noastră. De la frasin se recoltează în scop medicinal frunzele (Folium Fraxini) în lunile mai-iulie.

Substanţe active şi proprietăţi

Frunzele de frasin conţin fraxozidă, taninuri, acizi organici, rutozid, manitol, inozitol. Preparatele din funze de frasin au efect diuretic, diaforetic, laxativ, antireumatismal, antalgic.

Indicaţii terapeutice, preparare şi administrare

Frasinul are aplicaţii în tratamentul afecţiunilor reumatice, al gutei, constipaţiei, afecţiunilor căilor urinare, gripei şi guturaiului.

Infuzia se prepară din 1-2 linguri de frunze mărunţite la o cană cu apă. Se beau 2-3 căni pe zi. În constipaţie se bea o cană de ceai călduţ seara, înainte de culcare. Pentru creşterea diurezei, se beau cantităţi mai mari de 1-1,5 litri pe zi, dacă nu există contraindicaţii în acest sens.

Frasinul intră în compoziţia granulelor Aqua-algin, Aqua-femina şi Aqua-real.

Fumăriţa

Fumăriţa (Fumaria officinalis) este o plantă ierboasă de 10-20 cm înălţime din familia Papaveraceae. Se recoltează partea aeriană (Herba Fumariae) în lunile mai-septembrie.

Substanţe active şi proprietăţi

Partea aeriană a fumăriţei conţine alcaloizi izochinoleinici, fenantrenici, cum este fumarina precum şi criptotopină, coridalină, bulbocapnină, dicentrină şi substanţe flavonoide, tanin, răşini, mucilagii, principii amare.

Fumăriţa are aplicaţii în fitoterapie datorită proprietăţilor tonice, depurative, diuretice, spasmolitice, antiinflamatoare, purgative, diaforetice. S-a observat că la nivelul căilor biliare are un efect spasmolitic similar papaverinei. Potrivit autorilor francezi preparatele de fumăriţă regularizează secreţia de bilă, adică o stimulează atunci când aceasta este scăzută, şi o inhibă atunci când este prea ridicată.

Indicaţii terapeutice şi administrare

Preparatele din fumăriţă sunt utilizate în afecţiunile hepato-biliare, dischinezii biliare. Infuzia se prepară din 1 linguriţă plantă uscată şi mărunţită la o cană cu apă. Se bea câte puţin pe parcursul unei zile.

Dr. VALENTIN NĂDĂŞAN

Materialul a fost preluat cu permisiunea autorului din volumul „Plantele medicinale uzuale în fitoterapie” Editura Prisma 2003.

Dacă doriţi să ne adresaţi întrebări suplimentare în legătură cu fitoterapia, puteţi să o faceţi accesând adresa de internet http://www.sanatateplus.net secţiunea „Întrebări”, subsecţiunea „Întrebări medicale”.

Cu toate că rândurile scrise luna trecută la această rubrică se încheiau cu apelul: „Vă reamintesc că nu numai existența sau nu a unor rubrici, ci chiar şi numărul de pagini al revistei depinde de scrisorile şi bogăția conținutului lor, aşa că reiau apelul şi vă îndemn pe toți cititorii: SCRIEȚI!”, luna aceasta a fost şi mai săracă în primirea de scrisori (poate cea mai săracă de când există revista).

Acesta-i şi motivul pentru care această rubrică are iarăşi o singură pagină!!! Iar la rubrica „Poşta redacției”, apar cât de cât nume, nu pentru că s-au scris multe scrisori, ci pentru că s-au scris sms-uri.

Să fie oare de vină şi gratuitatea convorbirilor telefonice prin Romtelecom!?

Indiferent cum ar sta lucrurile, mulțumiri calde tuturor celor care au scris (scrisori, sms-uri, e-mail-uri…) sau telefonat, însă toți cititorii trebuie să înțelegem şi să luăm aminte la apelul de mai sus!

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos (Argeş)

Iată că vă scriu din nou. Privesc acest lucru ca pe o datorie față de revista „Împreună”, revista pe care o consider o revistă de suflet.

Eu consider această revistă ca un prieten sincer care ne este alături atât la bine cât şi la greu, dar mai ales la greu. Este cea mai serioasă revistă pe care am citit-o până acum şi care este de un mare ajutor nouă, celor bolnavi, prin sfaturi. Eu abia aştept să vină începutul lunii pentru a o primi şi sfârşitul lunii pentru a vă scrie.

Îmi pare nespus de rău că aveți probleme cu revista, că pot exista cititori ai revistei care au păreri proaste despre ea. Ar trebui să nu le-o mai trimiteți.

Aşa ar trebui! Într-adevăr, m-au durut şi mă dor, însă scrisori ca ale tale îmi arată că totuşi revista este apreciată şi merită şi-n continuare orice efort şi sacrificiu pentru a ajunge lunar în mâinile voastre. Mulțumesc Nicoleta!

Trif Corina
Mangalia

În această lume agitată şi zguduită de dezastre naturale, mulți Îl acuză pe Dumnezeu pentru ele sau le consideră o pedeapsă divină. Asta micşorează încrederea în Dumnezeu şi răceşte relațiile cu El. Cum poate Dumnezeul iubirii să fie nemilos (1 Ioan 4: 8)

Creatorul nostru ne-a înzestrat cu liber arbitru şi nu ne obligă să-L acceptăm ca Suveran Suprem, chiar dacă am putea suferi. Ca un părinte iubitor, El avertizează familia umană prin Cuvântul Său Biblia, de consecințele ce ar putea să se ivească, nevrând ca cineva să aibă de suferit (Ezec. 33: 11; Iacov 1: 13). A da vina pe Dumnezeu este ca şi cum am da vina pe meteorolog (Mat.24: 3-14; 2 Tim. 3: 1-5).

Adevărul este că dacă nu ar fi El, protecția Lui nemeritată… brrr, mi-e şi groază să mă gândesc ce ar face cel rău cu noi!!! Şi într-adevăr: „*să fim siguri că Dumnezeu nu va permite la nesfârşit această situație*”, aceste necazuri, dureri, dezastre… (Mat. 24: 33)

Mulțumim Corina!

Bologa Anişoara
Greci (Mehedinți)

Revista „Împreună” face parte din sufletul meu, din existența mea. Fără ea viața mea ar fi tristă şi pustie.

Fără această minunată revistă n-aş putea exista. Cu ajutorul ei mai ies din starea de izolare, de singurătate. Atunci când citesc revista, mi se pare că toți cititorii ei şi colegii mei de suferință împreună cu Domnul sunt lângă mine şi stau de vorbă cu ei. Ne dă tuturor puterea de a merge mai departe, de a ne depăşi şi învinge handicapul pe care îl avem fiecare.

Ce aş mai putea spune! Cred că cu toții avem motive să-I mulțumim bunului Dumnezeu!

Cât despre vestea că, în sfârşit, după atâta şi atâta timp (ani de zile), ai ieşit şi tu pentru câteva ore la aer, mi-a umplut inima de bucurie. Salutări calde Geaninei şi mamei tale.

Cidem Narcis Brâslaşu
Constanța

Uneori mă întreb cu durere şi revoltă:

- *Ce fel de oameni suntem noi?*
- *Prețuim mai mult bogăția spirituală sau materială?*
- *Ce voi face cu viața mea?*
- *Cum depăşim momentele de disperare?*
- *Iubirea de bani este dăunătoare?*
- *Unde? La cine? putem găsi la nevoie un sprijin dezinteresat şi sincer?*
- *Ce ați face dacă peste noapte ați deveni oameni bogați?*

Eu consider că materialismul are efecte negative şi asupra sănătății şi a vieții personale (familie) şi a caracterelor în formare.

Nu numai lumea modernă a demonstrat pericolele materialismului. Biblia acum 2000 de ani în urmă a demonstrat că banii prea mulți cufundă oamenii în ruină. Din prea multă iubire pentru bani unii s-au rătăcit de la credință.

Nu am făcut nimic altceva, decât că am încreionat câteva teme ce preocupă tinerii din asociația noastră. Rog prietenii din „Împreună” să mediteze împreună cu noi.

Frumoase şi provocatoare teme de meditație! Mulțumesc că ni le-ai trimis şi nouă şi tare mult m-aş bucura ca ele să preocupe mintea a cât mai multor cititori.

Cât despre acea scrisoare trimisă în luna aprilie… eu acum aflu! Te anunț că la mine nu a ajuns! **Cu siguranță nu aş fi uitat o scrisoare în care un cititor mă anunța că pleacă în China pentru transplant cu celule stem!!!** De cel puțin 2 - 3 ani îmi doresc ca acest lucru să devină realitate pentru a putea afla direct de la cel (cea) care a făcut acest transplant ce? cum? etc.

Cât despre nepublicarea acelor felicitări cu ocazia zilei de naştere… ce motiv aş fi avut să nu le public!? Repet: nu am primit-o! Şi m-au durut acuzele primite pe nedrept!

(Cu siguranță mulți dintre cititori vor dori să afle amănunte, aşa că ar fi binevenită o prezentare pentru cititori, plus un nr. de telefon, o adresă de e-mail… Îți mulțumesc în numele tuturor!)

ANUNȚ IMPORTANT

După cum ați citit deja în revista din luna iulie, ASI (fostul SCOAR), care anul trecut a finanțat revista cu 150.000.000, anul acesta nu a aprobat decât 20.000.000 (proiecte multe) şi asta în condițiile în care revista costă aproape 38.000.000 pe lună (până luna trecută costa 30.000.000, însă din luna august Poşta a dublat costul expedierii de la 3.000 la 6.000 pe buc.). Momentan tipărim 2.600 reviste pe lună, însă cum lunar primesc adrese noi…

În plus, tipograful, întrebat fiind de către mine ce estimare a prețului îmi dă pentru anul viitor, mi-a zis că dacă nu mi-ar fi promis un preț fix pentru întregul an, şi el ar fi mărit prețul, date fiind scumpirile la hârtie, film… Începând însă cu 1 ianuarie…

În fiecare an, numărul prietenilor care primesc revista creşte, spre bucuria mea, cu aprox. 600, aşa că peste un an vor fi aprox. 3.300 cei care o primesc, şi date fiind scumpirile… se va ajunge cam la 51.000.000 lei pe lună!!!

Aşa stând lucrurile, pentru ca revista să continue să apară şi să ne bucure pe toți şi în continuare, pe lângă rugăciune şi apeluri de finanțare, sunt nevoit să iau în calcul şi orice mijloc de economisire.

Unul din ele este acela de a vă ruga ca toți cei care aveți posibilitatea de a o primi prin e-mail, să înțelegeti cum stau lucrurile (şi mai ales cum vor sta în viitor), să fiți de acord să o primiți numai prin e-mail şi să îmi trimiteți PE această cale decizia voastră de a primi revista numai prin e-mail. (De-a lungul timpului, mulți dintre voi v-ați exprimat dorința aceasta dar, din dorința de a primi toți revista, în aceeaşi formă, până acum nu prea am luat în seamă această dorință frumoasă, altruistă, însă date fiind schimbările intervenite în ultimul timp…)

Poate vi se pare o măsură măruntă, însă la fiecare 100 de reviste netipărite şi neexpediate, economia se poate ridica la multe milioane pe an (deja, prin reducerea drastică a revistelor trimise unor asociații, fundații, persoane fizice, cărora le trimiteam între 4 şi 25 reviste pe luna îi rog mult să mă înțeleagă şi să mă ierte am redus deja cu 100 buc. / lună, la care se adaugă alte 50 datorate celor ce au acceptat deja să o primească numai prin e-mail şi cărora le mulțumesc):

100 - 15.600.000 / an; 200 - 31.200.000 / an; 300 - 46.800.000 / an; 400 - 62.400.000 / an

Pentru ca această măsură să fie eficientă, este nevoie ca, atunci când vă exprimati acceptul vostru de a o primi numai prin e-mail, să specificați şi adresa postală pe care primiți în momentul de față revista tipărită.

În altă ordine de idei, mulți dintre voi şi-au exprimat părerea de a institui sistemul plătirii unui abonament anual, însă, cel puțin în acest moment, eu nu cred că acesta-i planul bunului Dumnezeu, aşa că revista va fi primită şi în continuare **GRATUIT**.

Însă pentru a uşura presiunea teribilă din fiecare lună, şi o modalitate prin care poate fi sprijinită apariția regulată a revistei este şi calea donațiilor. Astfel, oricine poate şi doreşte, poate să doneze 1… 5… 10… 50… 100… lei noi (10.000… 50.000… 100.000… 500.000… 1.000.000), fie prin mandat poştal, pe adresa asociației: Burcea Aurel, str…. (o găsiți la finalul revistei), fie în contul asociației: Asociația HandHope C.I.F. 14877902 Cod IBAN: RO25RNCB4400000079080001 B.C.R. Alexandria.

(Țin să specific că primirea GRATUITĂ a revistei nu este condiționată de trimirea vreunui leu)

VĂ MULȚUMESC DIN TOATĂ INIMA PENTRU ÎNȚELEGERE şi… **AŞTEPT!**

ANUNȚ IMPORTANT

Luna aceasta am primit f.f. puține scrisori. Dacă şi în lunile viitoare lucrurile vor continua în felul acesta, voi fi nevoit să fac ceea ce nu-mi place deloc: să scad la 16 nr. de pagini al revistei!!!

Vă reamintesc tuturor că 50 % din conținutul revistei (9 pagini) are legătură strânsă cu scrisorile pe care voi le trimiteți (atât cu numărul, dar şi cu conținutul lor), aşa că… SCRIEȚI!

ANUNȚ

Rog toți cititorii ca, atunci când scriu o scrisoare (sms, e-mail) către revistă, să specifice numele şi adresa pe plic (sau în cuprinsul scrisorii, sms-ului…) pentru a putea cu uşurință identifica cine a scris-o. Reamintesc că, prin harul bunului Dumnezeu, aproape 2.600 de persoane primesc revista, iar numărul acesta, prin adresele trimise de voi, creşte în fiecare lună, aşa că…

Reamintesc că revista o lucrez singur (omeneşte vorbind) şi este imposibil să rețin şi să recunosc expeditorul numai după scris, după adresa de e-mail sau după nr. de mobil.

Nerespectarea acestor elementare lucruri, poate duce la neputința de a publica numele, gândurile, poeziile…

LA NUNTA MIELULUI

La nunta Mielului divin,
Când s-o ținea odată,
Sfârşit va fi orice suspin
Uitat pe veci orice venin,
Şi lacrimă vărsată.

Acolo vor veni toți cei
Ce-au aşteptat în taină,
Păstrând curată-n anii grei,
Smeriți tăcuți cu toți acei,
A învierii haină…

Atunci va fi o nouă zi,
Cum n-a mai fost vreodată,
Şi numele-şi vor auzi,
Când cărțile se vor citi,
Oştirile adunate…

Şi porți deschise s-or vedea,
Să intre marea gloată,
Mireasa însoțită, aşa,
La nunta care va urma,
În slava nevisată…

Ce fericiți vor fi acei,
Ce-acolo vor ajunge,
Lăsând în urmă anii grei,
Cu prețul lor de sânge…

La nunta Mielului jertfit
Toți pot intra, să ştie,
Căci locu-i gata pregătit,
Demult, de-o veşnicie…

Ajută-mi Doamne ca să pot,
Să fiu nuntaş odată,
Cel mai neînsemnat să fiu,
Dar, vreau acolo să mă ştiu,
În a mulțimii gloată…

Din volumul **„Aminul veşnic”**
Spulber Gheorghe - Comăneşti

Talentul…

nu cunoaste

handicap!

EU ŞI SUFERINȚA MEA

Încet, încet zilele trec
Şi anii trec într-una,
Dar curând eu voi scăpa de tine
Pentru totdeauna.

Ori va fi bine,ori va fi rău,
Aşa nu se mai poate!
Ştiu când am fost nervoasă,
M-am gândit şi la moarte.

De când eşti în viața mea,
Totul e schimbat:
Eu sunt acum doar o fată,
Ce trăiesc din visat.

Aştern pe file tot ce simt:
Iubire şi speranță,
Pentru că asta e tot ce am
Eu în astă viață.

Dar acum am reînceput lupta
Şi voi ieşi învingătoare,
Deoarece după o ploaie
Mereu iese soare.

Încerc şi voi încerca mereu,
Să trec peste tine,
Nu îmi mai fac griji acum
Pentru că: VA FI ŞI MAI BINE.

Stancu Ana-Mihaela - Galați

Talentul…
(Creatia ta)

Talentul…

nu cunoaste

handicap!

LUMEA ŞI SCENA

Lumea este doar o scenă neamenajată,
Pe care se joacă teatru de fiecare dată,
Unde actorii au mereu câte ceva de spus,
Uneori chiar şi câte ceva de ascuns.

Noi, suntem actorii care pe ea jucăm,
Viața, este rolul pe care îl interpretăm,
Jucându-ne rolul uneori bine, rău alteori,
Noi, fiind singurii noştri spectatori.

Iată că devenim actori fără să vrem,
Jucându-ne rolul după cum putem,
Dar nu avem pe nimeni să putem întreba,
De ne pricepem rolul bine a-l juca.

Rolul ni-l interpretăm bine uneori,
Făcând fericiți pe cei de lângă noi,
O rază de fericire, bucurie le oferim,
Când cu vorbe frumoase le vorbim.

Dar nu ținem seama mereu cum vorbim,
Pe cei de lângă noi fără milă îi jignim,
Prin vorbe murdare şi prin fapte rele,
Nepăsându-ne că le producem durere.

Popescu Nicoleta - Bughea de Jos (Argeş)

Talentul…

nu cunoaste

handicap!

DOAR UN STRĂIN SUNT

Doar un străin sunt, dar nu-s orfan
Isus mă poartă spre casa Sa.
Am sus un Tată ce mă aşteaptă
Şi mă grăbesc s-ajung la El.

Doar un străin sunt, dar nu-s părăsit
O moştenire mă aşteaptă sus
Mă duc la Tatăl, mă duc acasă,
Doar puțin mi-a mai rămas.

Dănilă Neculai - Suceava

Talentul… (Creatia ta)

DOAR PENTRU TINE

Doar pentru tine dragul meu
Am învățat ce e iubirea,
Şi port în suflet curcubeu,
Şi arzătoare mi-e privirea.

Pe un puf de nor aş vrea să zbor,
Să-mi pot găsi nemărginirea,
Şi tot privind spre viitor
Să pot striga, frumoasă e iubirea.

A mai căzut o frunză azi,
Şi gândul meu e doar la tine,
Am două lacrimi pe obraji,
Şi toamna plânge ca şi mine.

Un nor se scutură acum
Şi frunzele iar cad pe drum,
Eu te aştept ca să revii,
În care zi ? nici tu nu ştii…

Georgescu M. Mona - Braşov

CIMITIRUL

De mică-am fost cu mama
La marginea de sat
Unde e cimitirul
Cu cei ce ne-au lăsat.

Acolo-s multe rude
Ce nu le-am cunoscut
Acolo-i frățiorul
Pe care l-am pierdut.

De ani eram prea mică
Şi greu am înțeles
De ce atâta lume
La cruci plângea ades.

O ajutam pe mama
Să răsădească flori
Să radă până-n toamnă
Tot felul de culori.

În zi de sărbătoare
Sau la înmormântări
Se umplea cimitirul
Se împărțea pomeni...

Copiii de pe uliți
Adesea ne jucam
În cimitirul nostru
Pe care îl iubeam.

Nimeni nu avea teamă
De morți sau de strigoi
Cum încerca vreo babă
Să bage spaima-n noi.

Şi azi când mă duc paşii
Pe lângă-un cimitir
Un fir parcă mă trage
Şi merg dup-acel fir.

I-atâta pace-acolo
Şi-un ne-nțeles mister
Revăd cu nostalgie
Zilele de mai ieri

Mă plimb printre morminte
Vorbesc cu Dumnezeu
Şi plec mai împăcată
În trist sufletul meu...

Cei ce se furişează
Cu gând de profanare
Să n-aibă parte-n moarte
De pace şi iertare!

Victoria Ştefan - Piteşti

...::: Să ne rugam pentru :::... ...::: Să ne rugam pentru :::... ...::: Să ne rugam pentru :::...

Cu mare bucurie am primit sugestia voastră de a exista o asemenea rubrică în cadrul revistei noastre şi cu mare bucurie consemnez alte cereri de a ne ruga împreună pentru ceva sau pentru cineva anume.

Ştiu că este greu şi unora dintre noi chiar poate să li se pară ciudat sau chiar să-i deranjeze o asemenea rubrică (aşa aş fi simțit şi gândit eu în urmă cu câțiva ani), însă avem un Dumnezeu atât de minunat şi de dornic de a ne răspunde la rugăciune (ştiu din propria-mi experiență), încât ar fi o lipsă de înțelepciune de a nu asculta de îndemnul Său de a ne ruga unii pentru alții.

În plus, aceasta arată nu numai că avem încredere în El, ci şi că simțim unul cu celălalt, că ne pasă.

Aşa cum v-am anunțat, cu ajutorul bunului Dumnezeu, am întocmit şi am înaintat la ASI (fostul SCOAR) cererea necesară pentru o nouă sponsorizare, pentru încă un an. Cererea a fost aprobată, însă suma alocată este f. f. f. mică: dacă anul trecut ni s-a aprobat şi ni s-a dat suma de 150.000.000 lei, anul acesta ni s-a aprobat doar 20.000.000 lei. Aceasta în condițiile în care cheltuielile pe lună se cifrează la aproape 38.000.000, deoarece…

Începând cu luna august, costurile de expediere a revistei pe poştă s-au dublat: de la 3.000 lei / buc., la 6.000 lei / buc. Şi cum expediez aproape 2.600 reviste pe lună!!! (şi cum în fiecare lună primesc noi adrese…)

Pentru toți cei care dorim ca această revistă să apară şi în viitor (şi eu cred că toți ne dorim aceasta), revin cu rugămintea: „genunchiul jos”. Bunul Dumnezeu abia aşteaptă să ne ajute şi în continuare.

Mulțumiri multe celor care s-au rugat şi vor continua să se roage.

Burcea Aurel - Peretu (Teleorman)

Să ne rugăm Domnului ca să fie cu fiecare dintre noi şi să ne binecuvânteze cum ştie El.

Ungureanu Claudia - Nămoloasa Târg (Galați)

...::: Editorial :::... ...::: Editorial :::... ...::: Editorial :::... ...::: Editorial :::... ...::: Editorial :::...

>>> continuare din pagina 02

această înțelegere în politicile concepute. Este important ca legea să prevadă *dreptul de a se crea pentru persoanele cu dizabilități o accesibilizare în limite rezonabile*. Legea trebuie sa prevadă măsuri de adaptare a mediului pentru a asigura accesibilitate pentru cei cu „diferențe”. În prezent, acest instrument esențial în lupta împotriva discriminării pe criterii de dizabilitate este inclus în Legea discriminării a Consiliului European, în Articolul 5 al Directivei-cadru cu privire la locurile de muncă.

Modelul social recunoaşte dreptul persoanei cu dizabilități de a fi inclusă în societate alături de oamenii fără dizabilități. De aceea *respinge cu tărie o soluție bazată pe caritate*. În schimb, soluția este căutată în lege, prin care *să se acorde drepturi egale persoanelor cu dizabilități* şi prin care se interzice discriminarea. O astfel de soluție nu are nimic de a face cu soluția de „compensare” dominantă în model medical, respectiv, prin prevederi de justificare teoretică a unor practici ca instituționalizarea şi segregarea persoanelor cu dizabilități care au fost excluse de societate. Se arată în schimb necesitatea de a crea adaptări pentru persoanele cu dizabilități, fie prin asigurarea de „adaptări individuale”, fie prin construirea unei societăți într-o „manieră mai universală”…

Iată şi un exemplu: un utilizator de cărucior cu rotile nu poate intra într-o clădire pentru că uşile de la intrare sunt prea înguste. Se decide aşadar să se facă măcar o uşa de intrare mai largă, astfel încât să poată fi folosită de utilizatorii de cărucior cu rotile pentru a intra în clădire. Celelalte uşi rămân oricum prea mici. Acesta este un exemplu de „accesibilizare individuală”. Totuşi, dacă este o clădire încă în construcție, arhitectul poate decide să facă toate uşile accesibile, atât pentru persoanele care pot merge, cât şi pentru utilizatorii de cărucior cu rotile.

Acest al doilea exemplu ilustrează ceea ce este numit „modelul universal” al dizabilității. Astfel, se cere societății, inclusiv la locul de muncă, să fie organizată astfel încât un număr cât mai mare de persoane (atât persoane cu dizabilități, indiferent de dizabilitate, cât şi persoane fără dizabilități) să poată trăi şi lucra în această societate. În principal, acest model „deschide uşile” pentru „diferență” care, la rândul ei, asigură mai multă „egalitate” pentru toți.

- va urma -

Material prelucrat de
Dl. **Francisc Simon - Preşedinte ONPHR**

...::: La Mulți ANI! :::... ...::: La Mulți ANI! :::... ...::: La Mulți ANI! :::... ...::: La Mulți ANI! :::...

Gheorghe Vasile Marian - Băbeni (Vâlcea)

*Doresc să transmit lui **Pisău Leontina** cu ocazia zilei de naştere, 3 septembrie. **"La mulți ani!"**, multă sănătate, fericire şi tot ce îşi doreşte*

Ardelean Florin - Cehal (Satu Mare)

***"La mulți ani!"** pentru **Popa Valerica**, o prietenă dragă, cu suflet mare, care pe 19 august a împlinit o frumoasă vârstă. Îi doresc sănătate, împlinirea tuturor viselor sale şi viața să-i fie senină ca cerul de vară fără pic de nor.*

Popescu Gheorghe - Arcani (Gorj)

***"La mulți ani!"** pentru draga mea soție **Popescu Rodica**, care pe data de 13 septembrie, împlineşte o frumoasă vârstă. Rog ca Domnul să îi dea sănătate, fericire şi să ne ajute Domnul Dumnezeu să fim uniți tot mai mult.*

Bologa Anişoara - Greci (Mehedinți)

*Pentru nepotul meu **Ştefănuț** (9 sept.), **Tanța Cotiga** (12 sept.) **Viorel Bec** (19 sept.) **Viorel Bologa** (21 sept.) **Otilia Spînu** (24 sept.) şi nepoțica **Iolanda** (27 sept.), multă sănătate, fericire, bucurii, o viață plină de satisfacții şi presărată cu petale de flori. **"La mulți ani!"***

Ştefănuț şi Iolanda să crească mari şi să le ofere bucurii părinților.

Cupşa Anuca - Cupşeni (Maramureş)

***"La mulți ani!"**, cu sănătate, bucurii şi împliniri pentru **Chira Simona**, care pe 15 septembrie împlineşte o frumoasă vârstă.*

Lupu Marius Maricel - Târzii (Vaslui)

*Pentru **Chira Simona**, cea mai minunată fată, care, pe 15 septembrie, împlineşte o frumoasă vârstă. Îi dăruiesc un buchet de trandafiri, un sincer **"La mulți ani!"**, sănătate şi împlinirea tuturor dorințelor. Cu drag, Marius.*

...::: Anunțuri de la cititori :::... ...::: Anunțuri de la cititori :::... ...::: Anunțuri de la cititori :::...

Raliul "CUPA SPERANȚEI" a X a ediție

Este un eveniment care se desfăşoară la Satu Mare şi se adresează special persoanelor cu handicap locomotor care conduc maşini adaptate. Este primul an când particip la acest raliu, pentru că am fost invitată de Pop Crina preşedinta asociației, o fostă colegă de liceu. Chiar dacă nu ne-am mai văzut de aproape 30 de ani şi mult timp am pierdut legătura, **revederea** a fost cu atât mai aşteptată şi dorită. Pentru mine, Oprişan Felicia, întâlnirea cu 10 dintre foştii colegi de la Liceul Economic din Sebeş Alba a fost o " binecuvântată aducere aminte!" Mulți ne-am recunoscut cu greu, căci trecerea anilor a lăsat urme pe "fețele foştilor adolescenți", dar **bucuria a fost pe masură!**

La concurs au participat 35 de echipaje din Arad, Timiş, Mehedinți, Hunedoara, Cluj, Mureş, Galați, Bacău, Bucureşti şi Satu Mare. Au fost şi 2 echipe din Ungaria şi una din Germania.

Raliul nu a fost de viteză, ci de orientare în oraş şi îndemânare în poligon. Cum eu am fost pe postul de "copilot" alături de soțul meu Gelu, cum oraşul era MARE şi NECUNOSCUT, am reuşit să mă RĂTĂCESC cu succes…! Am ajuns în final la locul stabilit şi ne-am clasat pe locul 18...!

In fotografie este Pop Crina, Nezezon Loați vicepreşedintele, şi de la Cluj, Marc Marius, concurentul cu numărul 1, care a reuşit să fiarbă motorul până a EXPLODAT radiatorul…

Am surprins momentul " sfaturilor de început…"

Cristopher Reeve

- un erou model -

- I -

Christopher Reeve s-a născut pe 25 septembrie 1952 şi a trăit până pe 10 octombrie 2004. El a jucat în rolul unui om care poate zbura. În viaţa sa particulară, Christopher Reeve a demonstrat o mare capacitate de readaptare, care a depăşit-o chiar şi pe cea de a zbura. El a învăţat să trăiască în afara corpului său, de o manieră pe care puţini oameni au curajul şi forţa să o facă. Toţi dintre noi suntem în anumite privinţe prizonieri în această viaţă unii printr-o gândire limitată, alţii prin limitări fizice. Dar rareori un om a putut demonstra o astfel de capacitate extraordinară de a înfrunta limitarea..., de a plânge pentru tot ce a pierdut şi apoi să facă un pas în afară într-o viaţă care nu cunoaşte limite.

În fiecare dimineaţă, fiind totuşi om, Christopher varsă câteva lacrimi. Dar apoi şi le şterge, încetează să se mai compătimească pentru deficienţa sa şi merge înainte să fie un exemplu pentru alţii. El a creat propria sa libertate, pentru a fi întradevăr VIU. Christopher Reeve a găsit pe Superman în interiorul său şi noi trebuie să apreciem curajul său de a fi liber.

Christopher Reeve, născut la New York, a fost cunoscut în lumea întreagă prin rolul său de Superman din filmul cu acelaşi nume. El a servit ca simbol al forţei, forţă pusă in slujba binelui, având capacitatea de a zbura şi de a se ridica mai presus de problemele omeneşti. Christopher a personificat forţa şi mobilitatea pentru oamenii din toată lumea.

Vestea accidentului său a venit ca un şoc. Era o zi frumoasă de mai a anului 1995, când în timpul unei curse, calul pursânge al lui Christopher, s-a împiedicat la o săritură peste traverse şi şi-a aruncat călăreţul peste cap. Reeve avea mâinile prinse în frâul calului. A căzut la pământ lovindu-se mai întâi la cap şi fracturându-şi coloana prima vertebră cervicală. A paralizat imediat de la gât în jos şi nu mai putea să respire. Îngrijirile medicale prompte i-au salvat viaţa. O intervenţie chirurgicală delicată i-a stabilizat vertebrele care erau zdrobite şi, în mod literal, i-a reataşat capul la coloana vertebrală.

În faţa unui asemenea necaz, Reeve a dat un exemplu de curaj. Chiar dacă el nu putea să-şi mişte corpul, Christopher a continuat să călătorească, să ţină conferinţe publice şi să servească în rolul de porta-voce a persoanelor paralizate în Statele Unite ale Americii. El a ţinut numeroase conferinţe în Statele Unite după acidentul său şi a fost un partizan pentru ca cercetarea medicală să ajute persoanele paraplegice. El a ţinut discursul de începere al cursurilor la Universitatea din Boston în mai 1997 şi a cerut absolvenţilor în medicină să găsească tratamenul pentru această boală.

Reeve nu putea să-şi mişte mâinile şi picioarele şi astfel a trebuit să folosească un fotoliu rulant, acţionat prin suflarea sau tragerea aerului printr-o ţeavă. El a continuat să lupte cu o forţă incredibilă, cu o dorinţă şi un mare optimism, fiind convins că va reuşi să meargă din nou. Bătrânul Superman a admis că a plâns, când ziariştii l-au întrebat despre situaţia sa în fotoliul rulant. «Dimineaţa, am nevoie de douăzeci de minute să plâng», a spus el, dar după fiecare repriză matinală de strigăt, el îşi spunea «Şi acum înainte!» Christopher Reeve a fost un exemplu pentru noi toţi, acela că trebuie să continuăm să mergem în pofida tuturor limitărilor.

În pofida paraliziei sale, Reeve a fost directorul unui film pentru HBO «In the Gloaming», în care au jucat Glenn Close, Bridget Fonda şi Whoopi Goldberg. În rolul principal a fost Robert Sean Leonard, personificând pe un tânăr bolnav de SIDA care a venit acasă, să moară.

În aprilie 1997, Reeve a fost onorat prin atribuirea rolului principal în filmul «Plimbare la

>>> continuare în pagina 17

>>> continuare din pagina 16

Hollywood». Cu o săptămână înainte de aceasta, în aprilie, Christopher Reeve şi-a rupt braţul şi a fost operat, dar a venit aşa pentru a participa la premiera debutului său ca director. El era urcat pe bicicleta sa de exerciţii şi în timp ce era transferat de pe bicicletă pe fotoliul rulant, cei care-l transferau nu s-au sincronizat, el a căzut pe o parte şi braţul său s-a rupt ca un băţ. Braţul i-a fost reparat cu o tijă de titaniu, care i-a fost introdusă în el. Chiar dacă s-a simţit slăbit, Christopher a rezistat cu brio în timpul premierei. El a fost încântat să fie alături de alţi directori, care l-au felicitat pentru intrarea în rândurile lor. Christopher a spus:«Încep un nou capitol în viaţa mea şi dumneavoastră nu aveţi idee ce înseamnă aceasta pentru mine».

Fără a ţine cont de marele handicap pe care-l avea, Christopher Reeve a continuat să călătorească şi să-şi facă treba. El s-a alăturat lui Cal Ripken Jr., în a ţine o conferinţă în Washington D.C. şi a mers la Noua Şcoală din Manhattan (New York) pentru a le vorbi elevilor. În timp ce corpul său intra într-o criză, el a făcut o glumă - «Iertaţi-mă, o secundă băieţi, voi fi imediat înapoi. Şi acum, unde am rămas?»

Bătrânului Superman i s-a conferit premiul naţional pentru curaj, la Centrul de curaj din Minnesota. El a întâlnit acolo pe bunul său prieten Robin Williams la o strângere de fonduri pentru victimele bolii ce afectează măduva spinării.

În ceea ce priveşte cel mai mare scop şi dorinţă a sa, Reeve a spus că el are o singură dorinţă: «să-şi vadă fiul mare» şi a mai completat: «şi eu cred că această zi va veni».

Încă de copil, Christopher Reeve a studiat pianul şi a cântat din gură, lucrând ca adjunct al şefului de orchestră, iar debutul temporar l-a făcut la teatrul Princeton din New Jersey, la vârsta de 9 ani.

A absolvit Universitatea Cornell din Ithaca, New York, studiind drama la Juillard School în New York, unde a fost coleg de cameră cu Robin Williams. Şi-a continuat studiile, obţinând un master la Londra şi la Paris.

A jucat în spectacole de operă, la televiziune şi pe scenele de pe Broadway, alături de Kathryn Hepburn.

Reeve a fost ales de un grup de peste două sute de actori să joace în rolul lui Superman. Figura sa şi fizicul său, dar mai ales şarmul său umil, l-au recomandat ca un veritabil erou din cărţi. Marele succes al lui Superman l-a făcut foarte popular pentru public. El a mai făcut şi filme documentare pentru televiziune, în special despre aviaţie şi navigaţie (pe apă), care erau unele din pasiunile vieţii sale. El a fost un port-parolă foarte pasionat pentru artă şi a ajutat la susţinerea acesteia.

Soţia sa a fost Dana Morosini cu care a avut un fiu, William. El mai are doi copii, Matthew şi Alexandra, dintr-o relaţie anterioară cu Gae Exton.

Christopher Reeve a crezut că a fost un scop cosmic pentru accidentul său şi a făcut mari eforturi de a inflenţa Washington-ul de a acorda fonduri mai mari cercetărilor pentru măduva spinării. În timpul acesta el a încercat să ajute alte persoane cu aceleaşi probleme de paralizie. Christopher Reeve a fost un exemplu pentru toţi aceştia.

Când filmul Superman a apărut pe ecrane, mulţi dintre noi s-au întrebat: «Ce este un erou?»

Eu îmi amintesc răspunsul cel mai uşor, pe care-l repetam mereu: «Un erou este cineva ce face nişte acţiuni foarte curajoase, fără a ţine cont de consecinţe spre exemplu, un soldat care trece printre gloanţe pentru a-şi salva un prieten rănit. Acum cred că un erou este cineva obişnuit din viaţa de zi cu zi, care-şi găseşte forţa de a persevera şi a suporta lupta, indiferent de piedicile pe care le întâlneşte în cale».

Sursa: **Role models on the web**

- va continua -

Trimis de
TRAIAN FLOREA - Canada

POȘTA REDACȚIEI

Cu tot respectul țin să reamintesc tuturor cititorilor că, dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, data de 1 a fiecărei luni (data la care ajunge scrisoarea la redacție) reprezintă ultima zi de „prindere" a scrisorii în revista din luna respectivă, urmând ca cele care ajung după ziua de 1 să fie „prinse" în revista din luna viitoare. Sfatul meu este să scrieți din timp!

<u>Vă rog mult, pe toți cei care scrieți, puneți-vă numele complet și adresa la expeditor!</u>

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Gâdescu Gheorghe - Hulubeşti (Dâmbovița)

Când citeşti „*...şi iar a răsărit soarele în inima mea când am primit revista*", cum să nu uit şi de oboseală şi de toate ce se strâng mereu, din dorința de a apărea mereu revista şi de a fi de folos.

Mulțumesc mult, însă data viitoare puneți vă rog adresa (sau cel puțin numele) pe plic sau pe scrisoare. Minute bune am pierdut încercând să aflu a cui e scrisoarea. Dacă nu era clară ştampila poştei…

Drăghici Ionela - Berteştii de Sus (Brăila)

M-a întristat mult faptul că încă mai sunt cititori care jignesc şi trimit sms-uri vulgare. Îți mulțumesc că mi-ai dat şi numele lor, însă nu înțeleg care-i vina mea şi a revistei!!!

Cât despre anunț, eu am copiat sms-ul trimis! (Mai trimite-mi-l o dată pe ultimul!)

Popescu Gheorghe - Arcani (Gorj)

Scrisoare plină de adrese, de cuvinte de apreciere, de urări, de… Vă mulțumesc şi doresc ca această primă scrisoare să fi spart gheața şi să fie urmată regulat de altele.

Pavelescu Marinică - Piscul Sadovei (Dolj)

Dacă impozitul pe care v-ați dus să-l plătiți la Primărie se referă la impozitul pe casă şi terenul aferent acesteia, conform legii 448, art. 24, lit. b, persoanele cu handicap grav sau accentuat sunt scutite de la plată (bineînțeles, dacă acestea sunt pe numele persoanei cu handicap).

Vă rog mult, citiți şi folosiți legea 448, doar de asta am trimis-o.

Tănase Monica - Gherghița (Prahova)

Mă bucur că revista te ajută să te apropii de Dumnezeu şi să legi multe prietenii. Îți mulțumesc mult prntru adrese.

Rîpan Cristina - Năneşti (Vrancea)

Printre multele lucruri prin care bunul Dumnezeu îmi dă mereu putere de a merge înainte, este şi ceea ce ai făcut şi faci tu: să mă porți în rugăciunile tale. Îți mulțumesc, aşa cum îți mulțumesc şi pentru adrese.

Ciobănoiu Gabriela - Piteşti

"*Învins este numai acela care nu mai are putere măcar... să spere*". Foarte frumos spus!

Cât despre transmiterea acelor salutări personale, am obosit să tot repet: **nu se poate!** S-ar crea un precedent! Dacă chiar şi numai o mică parte ar cere să transmită salutări… Îmi pare rău! (*Oare pentru a câta oară scriu asta!!!*)

Salutări calde Ralucăi!

Neacşu Viorica & Anghel - Petroşani

Mă bucur că sunteți cu toții bine şi că Aurel s-a integrat atât de bine, fiindu-vă un sprijin de nădejde. Mâna Lui este la lucru. Aştept şi în continuare veşti de la voi.

Dobre Cristina Daniela - Dragodana (Dâmbovița)

M-am bucurat mult când am citit că revista te ajută să treci mai uşor „*peste obstacolele din această viață*".

Cât despre împrumutul la o bancă, despre care scrie în legea 448… lucrurile arată frumos pe hârtie. Totu-i politică!!!

În rest, confuzie, haos, birocrație… Băncile, care au un grad de independență destul de mare, nu se grăbesc deloc să respecte legea. Cu siguranță şi ANPH-ul are o contribuție destul de mare în confuzia aceasta. Să sperăm că lucrurile vor deveni mai clare într-un viitor nu prea îndepărtat.

Geană Viorel - Cornu (Prahova)

Mă bucur că atât de mult înseamnă revista pentru tine şi mă alătur şi eu în a mulțumi celor care scriu poezii, propriile experiențe de viață, etc.

Cât despre trimiterea celor două adrese din R. Moldova, le aştept cu bucurie: ar mări numărul celor din R. Moldova care deja o primesc!

Nica Genoveva - Livezi (Bacău)

Aşa cum concluziona-i şi tu în finalul scrisorii, foarte multe întrebări pentru a se putea răspunde la toate în cuprinsul revistei, aşa că te rog să revii cu un telefon (ştiu că ai Romtelecom, aşa că e gratuit după ora 18 şi în weekend). Eu, având telefonul pe asociație (persoană juridică), nu beneficiez de nici o scutire sau gratuitate. Aştept!

Naghi Viorel - Arad

Întotdeauna „Integrame creştine" este mai bogată şi mai deosebită decât cea dinainte, însă faptul că nu putem găsi o cale, un program de computer comun, care să permită copierea şi în revistă a 1 2 integrame, în fiecare număr…

Să continuăm însă să ne rugăm şi să mai încercăm!

Dănilă Neculai - Suceava

Cinci scrisori (!!!) pline de salutări, de mulțumiri, de urări, de… Mulțumesc mult!

Din nefericire însă, nu am prea găsit ce să public la rubrica „Gânduri…". Nu pot publica mesaje personale sau lucruri negative despre alte credințe şi culte.

>>> continuare în pagina 19

>>> continuare din pagina 18

Nicolau C-tin Dan - Puieşti (Vaslui)

Regret că, din motive obiective, legate de conţinutul lor, nu v-am putut publica nici unul din cele două anunţuri. V-am sunat şi la nr. de telefon indicate, însă…

Dacă doriţi să aflaţi amănunte, aştept să mă sunaţi!

Pisău Eleonora - Săcele (Braşov); Ungureanu Claudia - Nămoloasa Târg (Galaţi); Pino Andraş Oprea & Violeta Elena Oprea - Ploieşti; Cîrje Ionuţ - Mogoşoaia; Dumitraşcu Alexandrina - Slobozia; Dobra Doina - Ciolăneşti (Teleorman);

Vă mulţumesc mult pentru mesajele scurte trimise. Chiar dacă au fost mici, mi-au umplut inima de bucurie, văzând că apreciaţi revista şi munca depusă.

Doresc să corespondeze:

Damian Florin - Bârlad

Mă numesc Damian Florin, sunt din Bârlad, am făcut liceul, sunt o persoană sociabilă cu simţul umorului, inteligentă, îmi place să ascult muzică bună, să vizionez programele TV. Domnişoarele cu vârsta între 20 şi 26 de ani, care doresc să cunoască un băiat drăguţ, să mă contacteze la: ***Damian Florin str. Republicii, nr. 199, bl. 12, sc. B, et. 2, ap. 7, loc. Bârlad, jud. Vaslui, cod 731136;*** *tel* ***0747-701110***

Gâdescu Gheorghe - Hulubeşti (Dâmboviţa)

Mă numesc George, am 56 ani şi sunt ortodox. Îmi caut jumătatea vieţii mele (viitoarea soţie), o fată (femeie) bună, iubitoare, sinceră, antifumătoare, cinstită şi să aibă între 40 50 ani, să mă iubească şi să mă accepte aşa cum sunt eu. Nu sunt bogat decât sufleteşte.

Gâdescu Gheorghe Cătun Scurtari, nr. 50, sat Butoiu de Jos, com. Hulubeşti, jud. Dâmboviţa, cod 137251, tel. 0727-848992; 0728-781080

Rog sinceritate maximă!

Tincă Leona Ileana - Craiova

Mă numesc Tincă Leona Ileana, am 27 ani şi doresc ca, prin intermediul d-voastră şi cu ajutorul Bunului Dumnezeu, să-mi fac prieteni şi prietene de suflet.

Tincă Leona Ileana Str. Nanterre, nr. 23, bl. D 11, sc. 2, et. 4, ap. 19, loc. Craiova, jud. Dolj, tel. 0746-519742.

Neacşu Viorica & Anghel - Petroşani

Pentru că dorim în continuare să ne facem noi prieteni, am dori să publicăm iarăşi adresa, e-mail-ul şi noul nr. de telefon: ***Neacşu Anghel & Viorica str. 9 Mai, bl. 2 A, sc. 8, ap. 91, parter, loc. Petroşani, jud. Hunedoara, tel.0354-107577*** *wyoryca54@yahoo.com*

Pitic Marian - Băileşti (Dolj)

Mă numesc Pitic Marian şi am 39 ani. Sunt adventist, am un handicap gr. I şi doresc să corespondez cu fete care iubesc pe Dumnezeu, pentru prietenie căsătorie.

Pot fi contactat la: ***Pitic Marian str. Căpitan Ciupaghea, nr. 10, loc. Băileşti, jud. Dolj tel. 0251-312661 şi 0729-894891***

Dobre Cristina Daniela - Dragodana (Dâmboviţa)

Aş dori, dacă se poate, să-mi publicaţi şi mie, în fiecare număr, adresa mea. Poate reuşesc să-mi fac noi prieteni cu care să corespondez şi poate nu mă mai simt atât de singură.

Dobre Cristina Daniela, loc. Dragodana, jud. Dâmboviţa, cod 137200

Cîrje Ionuţ - Mogoşoaia

Cum avem fericire? Doar sperând? Doresc o prietenă sinceră, chiar prietenă. Rog sinceritate sufletească. ***0724-619378 şi 0724-619377.***

Ioniţă Cosmin Dan - Băleni Romani (Dâmboviţa)

Am un handicap gr. I, doresc căsătorie cu o fată f. f. sinceră. Cine doreşte, să mă contacteze pe numărul ***0729-170098***

NOTĂ: ***Rog pe toţi cei care doresc să corespondeze, atunci când îşi exprimă această dorinţă, să scrie şi un mic enunţ, de câteva rânduri, care să conţină o scurtă prezentare: nume, hobby-uri, motive, etc., etc.***

Puneţi-vă în locul celor ce citesc enunţurile şi doresc să corespondeze. Este normal ca enunţul să-i convingă să înceapă o corespondenţă bogată, însă dacă acesta este sărăcăcios întocmit, nespunând mai nimic despre cel ce solicită corespondenţă…

SUGESTIE: ***Cei care doriţi să vă faceţi prieteni şi vă exprimaţi frumoasa dorinţă de a coresponda, nu aşteptaţi să vi se scrie, ci începeţi voi să scrieţi celorlalţi, care şi-au exprimat aceeaşi dorinţă!***

SPONSOR: S.C. RELIAN S.A., distribuitor utilaje agricole, sisteme de irigat prin picurare, etc.
CONTACT: Şos. Alexandriei, nr.220, sector 5, Bucureşti tel. 021-4205914; 0742-358431

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Băltăreţu nr. 565,
loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0247-327122; 0765-365533
e-mail: aurelsda@yahoo.com

Tipărit la: Tipografia A.F. Gîgîlice Petre - telefon 0247-313041